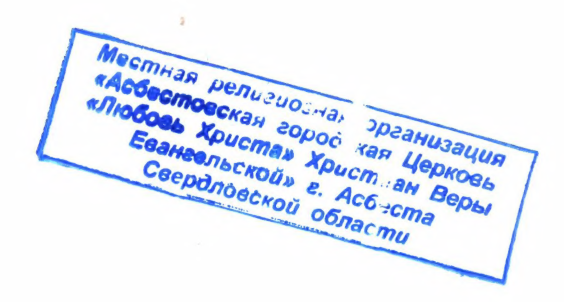
Выбери жизнь!



Библейские цитаты приводятся из
Синодального перевода 1876 года.

По заказу Автономной Некоммерческой Организации
Центр социальной помощи “Сила перемен”, г. Москва.

Тираж полностью оплачен АНО “Сила перемен” и распространяется бесплатно.

Отпечатано ОАО “Советская Сибирь”.
634048, г. Новосибирск, ул. Немировича-Данченко, 104.
Заказ № 39714. Тираж 600 000 экз.


НАСУЩНЫЕ ВОПРОСЫ

Есть добрая весть, которая может изменить вашу жизнь.

ЖИЗНИ

Жизнь полна вопросов. Есть среди них такие, на которые ответить не просто.

Нет такого человека, который не задумывался бы о смысле жизни или о будущем, о том, как улучшить отношения в семье или изменить свою жизнь... Ответы на такие вопросы можно искать бесконечно и не находить, но они есть, так же, как есть и решения многих проблем, с которыми мы сталкиваемся ежедневно.

Книга «Выбери жизнь» познакомит вас с Тем, у Кого есть ответы на ваши вопросы, и поможет найти путь к самому главному решению вашей жизни. Мы верим, что, приняв это решение, вы обретете надежду и ощутите силу перемен в своей жизни.

ЮРИЙ ПОСТРИГАЙ (олимпийский чемпион по гребле 2012)



Я не родился олимпийцем. Всё давалось путём неимоверно трудных тренировок

Мне всегда очень хотелось заниматься чем-то очень интересным. Именно этот интерес и привёл меня в спорт - в 1998 году, перед началом учебного года, я записался в секцию водных видов спорта.

В 14 лет, когда я впервые поехал на первенство России, я начал понимать, что и на таких стартах можно соревноваться. Так хобби превратилось в нечто большее. Моя мама всегда меня поддерживала. Она была моей путеводной звездой.

Первые мои значимые медали пришли ко мне в 15 лет: первенство города, первенство России. В 18 лет я попал на первенство Европы - это для меня был триумф, и занял я 4 место. У меня очень хороший тренер: он меня постоянно поддерживал, верил в меня и очень редко хвалил. Это меня дисциплинировало и не давало расслабляться.

Я не родился олимпийцем. Всё давалось путём неимоверно трудных тренировок. За мои 14 лет в гребле я имел в своей копил-

ке столько четвёртых мест, что меня это нервировало. Я никак не мог продвинуться вперёд. Но я продолжал тренироваться.

Последний 4-х летний цикл был самым тяжёлым. Тренировки были настолько изматывающими, что я приходил домой и падал «трупом» на кровать. Даже кушать не хотелось. Я не останавливался, двигался вперёд и в 2012 году стал олимпийским чемпионом. Кто преодолевает трудности, тот и становится чемпионом. Не только в спорте, но и в жизни. Если что-то не получается, может приходить неуверенность, но лично я стараюсь гнать эти мысли прочь. Я прошу Бога, чтобы Он мне помог. И Он помогает.

Три года назад я понял смысл жизни. И он совсем не в спорте. Я понял, что гребу не для себя, не ради денег, не ради формы с символикой сборной России, - я гребу для Иисуса Христа! Он - мой Бог! Он реальный и живой! Он изменил мою жизнь! Я стал понимать, что нужно любить других людей так же, как любишь себя, что нужно быть честным и доверять людям. Мы все не идеальны, но всё можно исправить. Нужно только захотеть. Важно взять себя в руки и начать действовать. Жизнь прекрасна. Нужно поверить в Бога, покаяться в своих грехах перед Ним. В чём мой секрет успеха? У меня нет никаких секретов. На спортивной арене я делаю то, что мне говорит тренер.

По жизни стараюсь быть честным, открытым и настойчивым. Мое правило - это продолжать делать то, что начал! Но главное - мне помогает Бог! Он направляет меня к цели самыми лучшими путями. Иногда трудными, иногда лёгкими. Благодаря этому я развиваюсь, становлюсь мудрее. Никогда не сдавайтесь! Как бы не было тяжело! Не останавливайтесь и добивайтесь своей цели! Хвалите себя за маленькие победы и верьте в себя! Мой девиз по жизни - преуспевает тот, кто не устаёт пытаться!

МАКСИМ МАМОНОВ



«Человек человеку волк!» Я понял это, наблюдая за жизнью бандитских группировок.

«Человек человеку волк!» Я понял это, наблюдая за жизнью бандитских группировок. И это не было наблюдением юного натуралиста в животной среде. Это было наблюдение одного из таких матёрых волков.

И такая красивая жизнь мне нравилась: рестораны, казино, наркотики. Весёлое, беззаботное существование. Существование. И не совсем уж беззаботное. Главной заботой было сохранить свой авторитет. Люди, окружающие меня, были отчаянные и смелые, но совершенно беспринципные. Они жили не по законам, а по понятиям. Чуть замешкался, подставил спину и мгновенно в неё вонзался нож. Нельзя показывать слабость. И я не показывал. Рвал, резал, ни на секунду не убирая звериный оскал. Мы собирали дань с покупателей у автомагазинов. Занимались вымогательством, похищением людей, разбоями. Не гнушались ни чем, пьянея от крови и безнаказанности. Мало кто из нас доживал до тридцати лет. Сегодня, прогуливаясь по кладбищу и вглядываясь в мраморные лица

моих бывших «друзей», я понимаю, что моё место должно было быть рядом с ними.

С детства я был весьма и весьма успешным. В школе ходил в спортивный класс, вскоре стал кандидатом в мастера спорта по гребле на байдарках. Жизнь открывала шикарные перспективы. Занявшись криминалом, тоже был, как говорится, в авторитете. В 1998 году на трассе между Кинелем и Тольятти я на высокой скорости влетел в поворачивающий водовоз. Больше не было удачливого молодого человека с грандиозными планами на будущее. На дороге, возле раскуроченного автомобиля, лежало, с торчащими в разные стороны костями и истекающее кровью, нечто или, точнее, ничто. Тогда я потерял 4,5 литра крови. Ни один автомобиль не желал останавливаться, чтобы отвезти меня в больницу. Жизнь словно бы мстила мне.

В итоге, в больницу меня привёз человек, которого я ограбил за несколько дней до этого. В больнице у меня развилась гангрена, а операцию проводили почти без наркоза. Врачи не верили, что я выживу. Я тоже. Затем была боль, дикая, непрекращающаяся боль, от которой спасал лишь героин, слугой которого впоследствии я и стал. Как результат, пришла зависимость, одиночество и СПИД. А тень самоубийства была совсем рядом.

Раздавленный и уничтоженный я крикнул: «Боже! Если Ты дашь мне ещё шанс, я буду жить по-другому!» Бог ответил сразу. В моей жизни появилась верующая девушка Аня, о которой говорили, что раньше в голове у неё не было ничего, кроме шприца. Она была в том же ребцентре, что и я. У меня был ВИЧ, а она вышла за меня замуж. Я покаялся. Через 9 месяцев у нас родился сын. Здоровый и крепкий. Жена была здорова. Потом и меня сняли с учёта. Бог велик! Скоро у нас в семье будет пополнение! Господь и сегодня совершает чудеса!

«Ты сотворил нас для Себя, о Боже, и наши сердца беспокойны, пока не найдут покоя в Тебе».

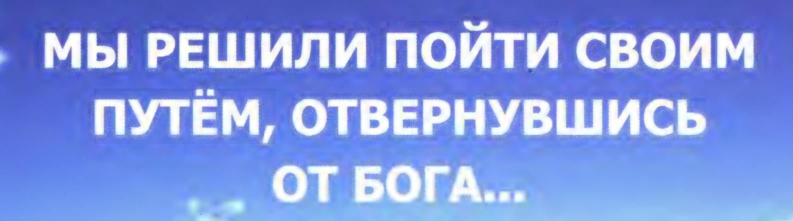
Святой Августин

Представьте себе, что вы строите дом. Вы нанимаете рабочих, они начинают строить, но они ни разу не посмотрели на тот план, который вам начертил архитектор. Немудрое решение, потому что строителям нужно знать, как и где заложить фундамент, возвести стены, расположить окна. Лишь тогда дом будет выглядеть так, как планировалось. То же можно сказать и о нашей жизни. Как мы можем ее строить, предварительно не проконсультировавшись с Творцом всего видимого и невидимого – с Богом, Который создал каждого из нас и любит нас?

Библия говорит: «Ибо только Я знаю намерения, какие имею о вас, говорит Господь, намерения во благо, а не на зло, чтобы дать вам будущность и надежду» (Книга пророка Иеремии, 29:11).

- *Почему же большинство людей не задумываются об этом?*





ПОЭТОМУ МЫ НЕ МОЖЕМ ОЩУТИТЬ БОЖЬЮ ЛЮБОВЬ И УЗНАТЬ БОЖИЙ ЗАМЫСЕЛ ДЛЯ НАШЕЙ ЖИЗНИ

Жажда приобщения к Богу живет в каждом человеке. Но между Богом и человеком – пропасть.

По своей натуре мы стремимся все делать по-своему. Мы упрямы, эгоистичны и зачастую не способны исполнять собственные обещания. Стараясь изо всех сил, мы лишь приходим к разочарованию.

Все это является проявлением того, что Библия называет грехом. Термин «грех» (греч. хамартиа) означает «заблуждение, проступок, промахнуться мимо цели».

Библия говорит о том, что «возмездие за грех – смерть» (Послание Римлянам, 6:23). Отделение от Бога в этой жизни и вечное отделение – после смерти физической.

И хотя мы пытаемся достичь совершенства своими собственными усилиями и обрести смысл жизни, совершая добрые дела или изучая философские учения, – мы не достигаем успеха. Мы никогда не сможем стать совершенными и своими силами не сможем преодолеть пропасть между нами и Богом.

■ *Итак, каково же решение этой проблемы?*


ОТДАВ СВОЮ ЖИЗНЬ ЗА НАС,
ИИСУС ХРИСТОС ОТКРЫЛ
ЕДИНСТВЕННЫЙ ПУТЬ К БОГУ

Творец Вселенной любит нас так сильно, что хочет, чтобы мы вечно были с Ним. «Ибо так возлюбил Бог мир, что отдал Сына Своего Единородного, дабы всякий, верующий в Него, не погиб, но имел жизнь вечную» (Евангелие от Иоанна, 3:16).

Около двух тысяч лет назад в мир явился Богочеловек – Иисус Христос. В образе Христа Бог Сам родился среди людей и разделил с ними их жизнь. Он сделал это, чтобы каждый из нас мог знать Его и общаться с Ним лично.

Библия говорит нам, что Иисус Христос утверждал, что только Он есть путь к Богу, к прощению грехов и спасению: «Я есмь путь и истина, и жизнь» (Евангелие от Иоанна, 14:6). Его слова подтверждались делом. Он любил людей и отдал за них Свою жизнь, пролив на Голгофе Свою кровь. Кто еще добровольно умирал за нас, взяв на себя все наши грехи, немощи и болезни?

Итак, Иисус Христос пришел, чтобы решить самую главную проблему человека – проблему греха.


ПРИЗНАВ ИИСУСА ХРИСТА
СВОИМ ГОСПОДОМ И
СПАСИТЕЛЕМ,
МЫ ОБРЕТАЕМ БОЖЬЮ ЛЮБОВЬ
И СМЫСЛ ЖИЗНИ

Иисус Христос не только умер на кресте, Он воскрес из мертвых, победив смерть (Первое послание Коринфянам, 15:3-6). Он заплатил Своей жизнью за грехи каждого из нас и тем самым восстановил отношения между Богом и человеком. Он открыл путь к вечной жизни для тех, кто последует за Ним.

Все, что нам надо сделать, – просто поверить в Иисуса Христа и принять Его жертву как единственный путь к Богу и вечной жизни. Иисус сказал: «Я есмь воскресение и жизнь; верующий в Меня, если и умрет, оживет. И всякий, живущий и верующий в Меня, не умрет вовек» (Евангелие от Иоанна, 11:25, 26).

Чтобы принять прощение Бога и дар вечной жизни нам надо покаяться – отвернуться от прежней греховной жизни, и верить, что Бог прощает и дает силу для новой жизни.

Библия говорит: «Ибо благодатью вы спасены через веру, и сие не от вас, Божий дар: не от дел, чтобы никто не хвалился» (Послание Ефесянам, 2:8, 9).

На этой странице графически представлены два типа людей:

Эгоцентричный человек:



Я Человек сам управляет своей жизнью.

† Иисус вне жизни человека.

- Интересы сконцентрированы на себе, что часто приводит к конфликтам и неудовлетворенности.

Христоцентричный человек:



Я Иисус управляет жизнью человека.

† Человек следует за Иисусом Христом.

- Интересы сфокусированы на Христе, что ведет к гармоничным отношениям с Богом и людьми.

- *К какому типу людей Вы можете отнести себя?*
- *Каким человеком Вы хотели бы быть?*

Самое важное решение, которое вы можете принять – это позволить Богу изменить вас. Недостаточно только согласиться, что Иисус – Сын Божий и что Он умер на кресте за наши грехи, вам нужно открыть для Него свое сердце.

Вы принимаете решение тогда, когда обращаетесь к Богу и говорите Ему, что раскаиваетесь в своих грехах, и приглашаете Его войти в вашу жизнь, чтобы стать таким, каким Он хочет видеть вас. Это и есть вера, шаг вашей воли.

Слово «покаяние» означает «перемена мыслей». Иначе говоря, вы оставляете все свои прежние мысли и представления, поворачиваетесь на 180 градусов и идете в прямо противоположную сторону от своей греховной жизни к Богу.

Помните, Бог знает ваши мысли, поэтому слова не столь важны. Важно то, что в вашем сердце. Вот пример молитвы, которой вы можете помолиться:

«Небесный Отец, я раскаиваюсь, что шел своим путем. Я верю, что Иисус умер и тем самым заплатил цену за мои грехи, что Он был погребен и воскрес из мертвых. Я прошу Тебя простить мои грехи. Я признаю, что Ты единственный, Кто может дать мне силу измениться и спасти меня. Начни управлять моей жизнью. Сделай меня таким человеком, которым Ты хочешь меня видеть. Во имя Иисуса. Аминь».

- *Можете ли Вы сказать это Богу искренне?*

Вы можете произнести эту молитву прямо сейчас, и Христос войдет в вашу жизнь, как Он обещал (Книга Откровения, 3:20).

Если вы искренне, от всего сердца молились этой молитвой, совершилось чудо. Бог простил вам грехи. Теперь вы можете общаться с Ним. В вас живет Его Святой Дух. Но это только начало новой жизни.

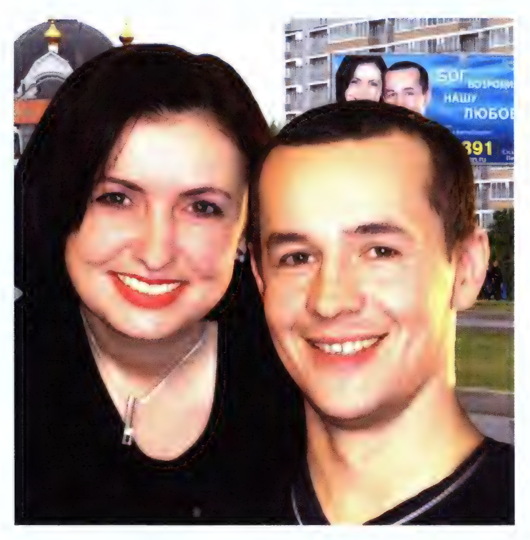
Каждый день обращайтесь к Богу в молитве. Верьте, что Он действительно слышит вас, и будет вам отвечать.

Читайте Библию! Это Слово Бога, обращенное к нам, чтобы мы могли лучше понять и узнать Его. Начните с Евангелий, например, с Евангелия от Луки или от Иоанна. Библия поможет вам понять, как жить с Богом, и даст ответы на главные вопросы жизни.

Назвав Бога своим Отцом, вы стали членом огромной семьи. Другие христиане – ваши братья и сестры. Вам необходимо общение с ними. В христианской церкви вы найдете духовную поддержку.

КОГДА ВЫ ПРИНИМАЕТЕ ИИСУСА,
ОН ДАЁТ ВАМ ПРАВО СТАТЬ
ЧАДОМ БОЖЬИМ.
ИИСУС ЗАПЛАТИЛ ЦЕНУ
ЗА ВАШИ ГРЕХИ.
КОГДА ВЫ ИСПОВЕДУЕТЕ СВОИ
ГРЕХИ, БОГ ПРОЩАЕТ ВАС.
ИИСУС ОБЕЩАЛ, ЧТО, ЕСЛИ ВЫ
ПРИМЕТЕ ЕГО, ВЫ БУДЕТЕ ЖИТЬ
С НИМ ВЕЧНО.

ИРИНА и ВИКТОР ВАЩЕНКО



> Из головы никак не лез звериный образ мужа, метающегося в поисках очередной дозы.

Каждый человек мечтает иметь хорошую семью. Женщина хочет принца на белом коне, а мужчина красавицу принцесу, да ещё желательно полцарства впридачу. Читая сказки, у ребёнка формируется это желание на подсознательном уровне. Ну, а когда он становится чуть постарше, начинает пытаться это желание реализовать. Но, к сожалению, а может быть и к счастью, не всегда выходит так, как мы хотим.

Я тоже хотела, чтобы в моей жизни всё было идеальнейшим образом. И поэтому, когда на плечо мне легла рука подвыпившего молодого человека, я не придала серьёзного значения произошедшему инциденту. А зря, так как Витя (как я потом выяснила, его звали именно так), хоть и не помнил ввиду своей нетрезвости моего имени, но где я живу, запомнил хорошо, и на следующий день пришёл с самыми, что ни на есть серьёзными намерениями.

Я молилась, чтобы он не пришёл. Но он пришёл совершенно

другим: интеллигентный юноша, отслуживший в армии, бесконечно влюбившийся в, как он говорил, прекрасную незнакомку.

Через некоторое время мы поженились. На этом бы история могла и закончиться, но в жизнь нашей прекрасной пары ворвались наркотики, круша и ломая всё на своём пути. Тёплые отношения, планы на будущее, нежность - всё начало рушиться, не успев как следует сформироваться. Витя начал принимать наркотики. Просто решил попробовать. Сначала курнуть, потом кольнуться. Не успел оглянуться, как единственным желанием было раздобыть дозу.

Всё произошедшее было сильнейшим ударом для меня. Когда я узнала, что он принимает наркотики, закрылась в комнате и не хотела выходить оттуда несколько дней. После перешла к решительным действиям: вызывала врача, ставила капельницы, стояла на коленях и умоляла. Ничего не помогло. Напрасны были терзания. А потом пришло равнодушие. Словно сердце опустело. И я ушла, не в силах больше бороться. А Витя пытался бросить. Ощущал себя загнанным волком, одиноким и никому не нужным.

Однажды я узнала, что Витя уехал в христианский реабилитационный центр. Меня необычайно встревожило это сообщение. Забрезжила какая-то надежда. Решила съездить навестить Витю. Каких-то особых ожиданий не было. Из головы никак не лез звериный образ мужа, метающегося в поисках очередной дозы. Но увиденное поразило меня! Передо мной стоял мой любимый муж с сияющими каким-то необычным светом глазами. Я стояла, боясь, что это окажется всего лишь сном, и плакала. Бог изменил жизнь моего мужа, а через некоторое время и мою.

С тех пор мы никогда не расстаёмся. Всё было, и взлёты и падения, но всё это мы преодолевали вместе. У нас два сына, и мы бесконечно любим друг-друга. Бог восстановил нашу семью и освободил от всякой зависимости.

АЛЕКСАНДР ШЕСТИПАЛОВ



Напивался до потери человеческого образа. Становился страшным, думаю даже, опасным для общества

Я всегда любил сельскую местность. А особенно наш посёлок. Такая красота вокруг! Такая благодать! Выйдешь на крыльцо, вдохнёшь полной грудью и не хочется выдыхать. Такой богатый и ароматный запах. А природа у нас какая! Прямо рай на земле! А какое небо! Выйдешь ночью, поднимешь голову вверх и кажется, что начинаешь отрываться от земли и улетать в звёздный космос. Нет, в городе такого неба, как у нас, не увидишь. Да и вообще, в городе ощущаешь себя каким-то маленьким, безликим. Здесь же всё совершенно по-другому. Как говорится: лучше быть большим человеком в деревне, чем маленьким в городе.

Здесь я, Саша Шестипалов, большой человек, авторитет. Не найдёте, наверное, ни одного человека, кто не знал бы меня. Мой кулак здесь помнят многие. У меня вообще разговор был короткий. Чуть что не по-моему и сразу в зубы. Так слава местного авторитета закрепилась за мной ещё с юности. Ну а потом танцы, девчонки, выпивка - вниманием обделён не был.

Выпивка. Вообще в деревне этим страдают многие. Здесь даже валюта такая есть, бутылкой называется. Дров наколоть - одна бутылка. Огород вскопать - две, а то может и три бутылки. Ну и так далее. Я всегда думал, что я - волевой человек. И остановиться всегда смогу. Меру знаю. Один мой приятель говорил, когда его тащили пьяного домой: «Я меру знаю, вот только выпить её никак не могу!» Вот и я знал. Началось всё с выпивки после баньки. Баня - это вообще особый ритуал. А для меня этот ритуал был не ритуалом без водки. Вскоре стал задерживаться с друзьями. А потом уже просто так хотелось, и никакого повода для этого не надо было. Напивался до потери человеческого образа. А когда выпивал, становился страшным, думаю, даже опасным для общества. Казалось, вот попадётся кто-нибудь сейчас под горячую руку, и просто порву, как бык красную тряпку.

Жизнь становилась какой-то бессмысленной. Начали приходить мысли о самоубийстве. Бывало, сижу, смотрю на проносящийся мимо поезд и думаю: «Может броситься?» Но Бог миловал, не бросился.

Однажды мне рассказали об Иисусе Христе, о том, как Он изменяет жизнь, наполняет ее смыслом, как исцеляет. И когда меня спросили, а не хочу ли я изменить свою жизнь, я крикнул, что хочу. После я понял, что это был крик души.

Бог освободил меня от этой зависимости. Я больше не пью. Когда я иду по нашему селу, люди оборачиваются и не верят перемене, которая со мной произошла. Мой авторитет вырос ещё больше. Многие приходят ко мне за советом. Я больше не решаю проблемы кулаками. Я новый человек. И если вы когонибудь в деревне спросите, что случилось с Сашей Шестипаловым, вам ответят: «Его изменил Бог!»


НАШИ КОНТАКТЫ:

ПЕРЕМЕНЫ...

Будьте честны. Наверняка, есть, по крайней мере, одна вещь в Вашей жизни, которую Вы хотели бы изменить. Может быть, это работа, Ваша дружба или Ваше восприятие жизни. В душе многие люди хотят стать лучше. Но как? Книга «Выбери жизнь!» может Вам помочь. В ней Вы найдете ответы на некоторые наиболее трудные вопросы. Более того, Вы узнаете, что значит ощутить силу перемен в Вашей жизни.

www.sp-russia.ru